



HALK OYUNLARI BÖLÜMÜNDE ÖĞRENİM GÖREN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

An Investigation Of The Psychological Resistance Levels Of Students At The Folk Dance Departments Of Universities During The Covid-19 Pandemic Period In Terms Of Different Variables

Doç.Dr. Bora OKDAN

Ege Üniversitesi Devlet Türk Musiki Konservatuvarı Türk Halk Oyunları Bölümü, İzmir/Türkiye
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9743-5216>

Cite As: Okdan, B. (2021). "Halk Oyunları Bölümünde Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Covid-19 Pandemi Döneminde Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi", International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, (Issn:2630-631X) 7(43): 764-774.

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, Türkiye’de farklı üniversitelerde halk oyunları bölümünde öğrenim gören öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin belirlenmesi ve farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırma pandemi sürecinde 2019/2020 eğitim ve öğretim yılında farklı üniversitelerin halk oyunları bölümünde öğrenim gören 195 erkek ve 229 kadın olmak üzere toplam 424 öğrenci ile yürütülmüştür. Araştırmanın verileri Terzi (2016) tarafından geliştirilmiş olan Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve araştırmacı tarafından belirlenen Covid-19 ile ilgili yargılarını belirlemek amacıyla hazırlanan bilgi formu ile toplanmıştır. Öğrencilerin demografik özelliklerinin belirlenmede frekans dağılımı, iki bağımsız değişken ile psikolojik dayanıklılık arasındaki farklılaşmayı incelemek için “Bağımsız Örneklemeler için T-testi”, ikiden fazla değişkenler ile psikolojik dayanıklılık arasındaki farklılaşmayı incelemek için “Tek Yönlü Varyans Analizi” ve öğrencilerin yaşları ve sportif aktivite süreleri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla “Pearson korelasyon” analizleri uygulanmıştır. Bütün bu testler SPSS 21 paket programında analiz edilmiş ve anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak alınmıştır. Öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları ile yerleşim merkezleri, Covid-19 hakkında yeterli bilgiye sahip olma, Covid-19 hakkında yetkililerin kendilerinin yeteri kadar bilgilendirdiğini düşünme, Covid-19'a karşı yeteri kadar önlem alma, kısıtlamalara rağmen sportif aktivite yapma durumları arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin haftalık toplam spor yapma süreleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Halk Oyunları Bölümü, Psikolojik Dayanıklılık, Pandemi

ABSTRACT

The aim of this study is; Determining the level of resilience in students studying in different universities in Turkey and folk dance departments is analyzed in terms of different variables. The research was conducted during the pandemic process with a total of 424 students, 195 male and 229 female, studying at the folk dance department of different universities in the 2019/2020 academic year. The data of the study were collected with the Psychological Resilience Scale developed by Terzi (2016) and the information form prepared by the researcher to determine their judgments about Covid-19. Frequency distribution in determining students' demographic characteristics, "T-test for Independent Samples" to examine the differentiation between the two independent variables and psychological resilience, "One-Way Analysis of Variance" to examine the differentiation between more than two variables and psychological resilience, and students' ages and sports activity durations. "Pearson correlation" analyzes were used to determine the relationship between psychological resilience. All these tests were analyzed in SPSS 21 package program and the level of significance was taken as $p < .05$. Significant differences between students' psychological resilience scale sub-dimensions and residential centers, having enough information about Covid-19, thinking that the authorities have informed them enough about Covid-19, taking enough precautions against Covid-19, doing sports activities despite restrictions it has been determined. It was found that there is a positive significant relationship between the total weekly exercise time of the students and sub-dimensions of the psychological endurance scale.

Keywords: Covid-19, Folk Dance Department, Psychological Resilience, Pandemic

1. GİRİŞ

Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), ilk olarak Çin’in Vuhan Eyaleti’nde Aralık ayının sonlarında solunum yolu belirtileri (ateş, öksürük, nefes darlığı) gelişen bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda 13 Ocak 2020’de tanımlanan bir virüsdür (T.C.Sağlık Bakanlığı, 2020). Bu hastalık yapıcı viral etken, bir insan koronavirüsü SARS-CoV-2 şeklinde hızla tanımlanmış, klinik tablosu ise koronavirüs hastalığı COVID-19 ismini almıştır. Virüsün zoonotik yapıda olduğu, muhtemel konak olan yarasalar ve pangolin isimli hayvanlardan insana geçtiği ileri sürülmüştür (Deng, 2020).



Ülkemizde dünya çapında yaygınlık gösteren Covid-19 nedeniyle Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullar ve üniversitelerde ilk etapta 14 günlük tatil ilan edilmiş ve sonrasında uzaktan eğitime geçilmiştir. 16 Mart 2020 tarihinden itibaren ilkökul, ortaokul, lise ve üniversitelerde eğitim ve öğretime ara verilerek uzaktan eğitim sürecine geçilmiştir.

Tüm dünyada küresel çapta yaşanan covid-19 salgını ile günlük yaşamın her alanında olduğu gibi eğitim-öğretim alanında da ciddi bir etkilene meydana gelmiştir. Bu kapsamda alınan bir dizi önlem ve eylem planları düzenlenip uygulamaya sokulmuştur. Ülkemizdeki üniversitelerin çoğunluğunun uzaktan eğitim alt yapısına sahip olduğu ve teknolojik alt yapısının yeterli seviyede olduğu bilinmektedir. Bu üniversitelerin Yüksek Öğretim Kurumunun kısa süre içerisinde yapmış olduğu düzenleme ve planlama sayesinde, farklı platformlarda faaliyetlerini sürdürdüğü görülmektedir.

Yaşanılan bu süreçte Konservatuvar Halk Oyunları Bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin uzaktan eğitimle aldıkları uygulamalı derslerde gerek teknik anlamda gerekse uygulama anlamında çeşitli sorunlarla karşılaştıkları görülmektedir. İkamet ettikleri veya buldukları ortamlardaki teknik yetersizliklerden kaynaklanan erişim problemleri, uzaktan eğitim ders içeriği ve sistemini nasıl kullanacağını öğrenme ve uyum süreci, çevrimiçi derse katılım esnasında yer ve mekan olanakları, ekran karşısında gösterilen hareket serisini detaylı bir şekilde algılama - uygulama yetersizliği ve sonuçta bu süreç sonunda yaşanacak olan sınav kaygısının psiko-sosyal açıdan öğrencinin ruh ve beden sağlığı üzerinde çeşitli olumsuzluklara yol açtığı görülmektedir.

Psikolojik Dayanıklılık; bireyi karşılaştığı durumların olumsuz sonuçlarından koruyan bu sonuçların etkisini azaltan, stresli olaylara karşı bir direnç gösterme işlevi gören kişilik özelliği olarak tanımlanmaktadır (Kobasa, 1982). Başka bir tanımda ise adaptasyon süreci üzerinde durularak karşılaşılan sıkıntı ve travmalara rağmen bireyin pozitif olarak kendini hazırlama ve uyumu olarak ifade edilmektedir (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Strese neden olacak olumsuz bir durumla karşılaşıldığında bireyin bu stresli durumla mücadele ederek eski haline dönebilme gücüdür (Garmezy, 1993). Bununla birlikte literatürde psikolojik faktörlere odaklanan birçok araştırmanın olduğu görülmektedir (Arı ve ark., 2020; Aktaş Üstün, 2020; Gülbahçe ve ark., 2018; Yarayan ve Ayan, 2018; Tozoğlu ve ark., 2017; Gemiksiz, Tozoğlu ve Dursun, 2019; Tozoğlu ve ark., 2018; Yarayan, Yıldız ve Gülşen, 2018; Bayraktar ve ark., 2018; Yarayan ve İlhan 2018; Dursun, Güler ve Bozkurt, 2019; Bozkurt ve ark., 2019; Tozoğlu, Dursun ve Şebin, 2020; Yarayan ve ark., 2020; Çelik ve Güngör, 2020; Mutlu Bozkurt ve Tamer, 2020; Süleymanoğulları, Tozoğlu ve Dursun, 2019; Yıldız ve ark., 2020). Bu çalışmalarda insan psikolojinin birçok faktörden etkilendiği tespit edilmiştir. Bunun yanında psikolojik sağlamlığa etki eden faktörlerden biride spordur.

Sporun; bireyler ve toplumlar üzerinde önemli etkileri vardır. Bu etkiler; sevmeyi, hakkını aramayı ve hak yememeyi, paylaşmayı, yarışmayı, kurallara uymayı, kazanma ve kaybetmeyi kabullenmeyi, ilkel dürtülerin toplumun kabul ettiği biçimlerde anlatım bulmasını, yeni toplumsal ortamlara katılmayı, yeni arkadaşlar edinmeyi, haz duymayı kapsar. Haz alma hem spor yapanlarda hem de izleyicilerde görülür (Doğan 2004, Tozoğlu, 2013). Sporun amaçlarının insanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek, kendine güveni, sosyalleşmeyi, karşılıklı dayanışmayı sağlamak olduğu bilinmektedir. Bu da sporun kaygının ve stresin giderilmesinde etkili bir yol olduğunu göstermektedir (Morgan ve Goldstone 1987; Aktaş Üstün ve Üstün, 2020).

2.YÖNTEM

2.1.Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Karasar'a (2007) göre ilişkisel tarama modeli "iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modeli" olarak tanımlanmaktadır.

2.2.Araştırma Grubu

Araştırma grubu 2020-2021 eğitim- öğretim yılında Pandemi sürecinde, Türkiye'de farklı üniversitelerde halk oyunları bölümlerinde öğrenim gören 195 erkek ve 229 erkek olmak üzere toplam 424 bireyden oluşmaktadır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik, Covid-19 ile ilgili yargılarını belirlemek amacıyla hazırlanan bilgi formu ve öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarını tespit etmek için “Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” kullanılmıştır.

2.4. Demografik Bilgi Formu

Araştırmada kullanılacak değişkenlerin ve demografik bilgilerin (cinsiyet, yaş, yerleşim merkezi, sportif aktivite yapma durumu ve sportif aktivite yapma süresi) tespit edilmesi amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Covid-19 ile ilgili yargılarını belirlemek amacıyla hazırlanan bilgi formu (Covid-19 hakkında; yeterli bilgiye sahip olma, yetkililerin kendilerinin yeteri kadar bilgilendirdiğini düşünme, devletin Covid-19 ile ilgili önlemlerini yeterli bulma ve kendilerinin yeteri kadar önlem alma düşünceleri) araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

2.5. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Araştırmaya katılan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini belirlemek amacı ile Terzi (2016) tarafından geliştirilmiş olan PDÖ kullanılmıştır. PDÖ, (0) kesinlikle katılmıyorum, (1) katılmıyorum, (2) ne katılıyorum ne de katılmıyorum, (3) katılıyorum ve (4) kesinlikle katılıyorum ifadelerinin yer aldığı 5’li likert tipi bir ölçektir. Bireyin yaşamı ve kendisine ilişkin inançlarını ifade eden 21 maddeden oluşan PDÖ de 2. ve 15. maddelerde ters puanlanma yapılmaktadır. Bu ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılarak ölçeğin 21 madde ve 3 alt boyuttan oluştuğu belirtilmektedir. Ölçeğin tamamı için cronbach alfa güvenirlik katsayısı .76 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada da ölçeğin tamamı için cronbach alfa (α) katsayısı ölçeğin tamamı için .74 olarak hesaplanmıştır.

2.6. Verilerin Analizi

İstatistiksel analizlere geçilmeden önce, varsa bu analizlerle ilgili normallik, homojenlik, durağanlık, doğrusallık gibi varsayımlar denetlenmeli ve hangi varsayımların sağlandığı konusunda istatistiksel bilgiler verilmelidir. Araştırmacı bu bilgiler ışığında hangi analiz tekniklerini tercih ettiğini, hangilerini tercih etmediğini gerekçelendirmelidir (Tozoğlu ve Dursun, 2020).

Araştırmada, ölçekler aracılığı ile elde edilen verilerin analiz edilebilmesi için önce verilerin işlenmesiyle ilgili çalışmalar yapılmıştır. Bunun için öncelikle, halk oyunları bölümündeki öğrencilerin doldurduğu demografik bilgi formu ve “Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” detaylı bir şekilde kontrol edilmiştir. Eksik ya da yanlış doldurulan anketler değerlendirmeye alınmamıştır. Daha sonra araştırmaya uygun olan ölçekler, bilgisayara aktarılıp ve verilerin analizinde değerlendirilmeye tabi tutulmuştur. Verilerin analizinde SPSS 21,00 paket programı kullanılmıştır. Veriler analiz edilirken öncelikle tanımlayıcı analiz (frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, yüzdelik dağılım) teknikleri kullanılmıştır. Bunlar; frekans, aritmetik ortalama, standart sapma ve yüzdelik dağılımdır. Normal dağılım gösteren verilerde parametrik testlerden, iki farklı bağımsız değişkenler ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasındaki farklılaşmayı belirlemek için “Bağımsız Örneklemeler için T-testi” ve ikiden fazla farklı değişken ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasındaki farklılaşmayı belirlemek için “Tek Yönlü Varyans Analizi” testi, öğrencilerin yaşları ve sportif aktivite süreleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla “Pearson korelasyon” analizleri yapılarak sonuçlar $p < ,05$ önem düzeyine göre değerlendirilmiştir.

3. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın genel amacı ve bu amaç doğrultusunda oluşturulan alt problemlerin analizlerinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri

Değişken		N	%
Cinsiyet	Erkek	195	46,0
	Kadın	229	54,0
	Toplam	424	100,0
Yerleşim Merkeziniz	İlçe	23	5,4
	Şehir	134	31,6
	Büyükşehir	267	63,0

Araştırmaya 195 kadın ve 229 erkek olmak üzere toplam 424 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin çoğunlukla %63 oranında büyükşehir yerleşim merkezinde oldukları gözlenmiştir.

Tablo 2. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Yaş ve Haftalık Toplam Sportif Aktivite Yapma Süreleri

	Yaş	Haftada kaç saat aktivite yapıyorsunuz?
N	424	253
Mean	22,9245	4,949
Median	22,0000	5,000
Std. Deviation	3,81721	2,5991
Minimum	18,00	1,0
Maximum	43,00	12,0

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalamaları incelendiğinde $x=22,92\pm 3,81$ olduğu ve haftalık sportif aktivite yapma süre ortalamaları $x=4,64\pm 2,59$ olduğu gözlenmiştir.

Tablo 3. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Covid-19 Süreci

Değişken		N	%
Covid-19 Hakkında Yeterli Bilgiye Sahip Olduğunuzu Düşünüyor musunuz?	Evet	282	66,5
	Kısmen	121	28,5
	Hayır	21	5,0
Covid-19 Hakkında Yetkililerin Sizi Yeteri Kadar Bilgilendirdiğini Düşünüyor musunuz?	Evet	126	29,7
	Kısmen	148	34,9
	Hayır	150	35,4
Devletin Covid-19 ile İlgili Önlemlerini Yeterli Buluyor musunuz?	Evet	66	15,6
	Kısmen	132	31,1
	Hayır	226	53,3
Siz Covid-19'a Karşı Yeteri Kadar Önlem Alabildiğinizi Düşünüyor musunuz?	Evet	246	58,0
	Kısmen	127	30,0
	Hayır	51	12,0
Kısıtlamalara Rağmen Sportif Aktivite Yapıyor musunuz?	Evet	107	25,2
	Kısmen	146	34,4
	Hayır	171	40,3

Araştırmaya katılan öğrencilere Covid-19 hakkında yeterli bilgiye sahip olduğunuzu düşünüyor musunuz? sorusuna, çoğunlukla %66,5 oranında evet yanıtını verdikleri gözlenmiştir. Covid-19 hakkında yetkililerin sizi yeteri kadar bilgilendirdiğini düşünüyor musunuz? sorusuna çoğunlukla %35,4 oranında hayır ve %34,9 oranında kısmen yanıtını verdikleri gözlenmiştir. Devletin Covid-19 ile ilgili önlemlerini yeterli buluyor musunuz? sorusuna çoğunlukla %53,3 oranında hayır ve %31,1 oranında kısmen yanıtını verdikleri gözlenmiştir. Siz Covid-19'a karşı yeteri kadar önlem alabildiğinizi düşünüyor musunuz? sorusuna çoğunlukla %58 oranında evet ve %30,0 oranında kısmen yanıtını verdikleri gözlenmiştir. Kısıtlamalara rağmen sportif aktivite yapıyor musunuz? sorusuna çoğunlukla %40,3 oranında hayır ve %34,4 oranında kısmen yanıtını verdikleri gözlenmiştir.

Tablo 4. Tanımlayıcı İstatistik Dağılımı

9	Meydan Okuma	Kendini Adama	Kontrol
N	424	424	424
Mean	24,8255	22,7854	22,0448
Median	25,0000	24,0000	22,0000
Std. Deviation	2,69448	3,61291	3,45527
Skewness	-,541	-,912	-,390
Std. Error of Skewness	,119	,119	,119
Kurtosis	-,353	,886	-,052
Std. Error of Kurtosis	,237	,237	,237
Minimum	14,00	8,00	10,00
Maximum	28,00	28,00	28,00

Verilerin analizinde kategorik değişkenler için frekans dağılımları verilmiştir. Ayrıca verilerin normal dağılıma sahip olması şartına bakmak için mod, medyan ve aritmetik ortalama değerleri ile çarpıklık ve basıklık katsayıları dikkate alınmıştır. Tabloda görüldüğü gibi psikolojik dayanıklılık ölçeği her bir alt boyutunun mod, medyan ve aritmetik ortalamaları birbirine yakın olduğu, çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde, Büyüköztürk (2012), Tabachnik ve Fidell (2015) ile George ve Mallery (2010)'nin belirttiği sınırlar içerisinde (-1 ile +1; -1.5 ile +1.5; -2.0 ile +2.0) yer alan veri setinin normal bir dağılıma sahip olduğu görülmüştür. Normal dağılım gösterdiği için parametrik testler kullanılmıştır.

Tablo 5. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutları	Cinsiyet	N	X	Ss	t	p
Meydan Okuma	Erkek	195	24,7949	2,55637	-,216	,829
	Kadın	229	24,8515	2,81206		
Kendini Adama	Erkek	195	22,8821	3,36468	,508	,612
	Kadın	229	22,7031	3,81698		
Kontrol	Erkek	195	22,0513	3,57647	,036	,972
	Kadın	229	22,0393	3,35649		
Psikolojik Dayanıklılık Toplam	Erkek	195	69,3026	8,84784	,192	,848
	Kadın	229	69,1397	8,56286		

Öğrencilerin cinsiyetleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasında yapılan t testi analiz sonrasında $p < ,05$ düzeyinde, anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 6. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarının Yerleşim Merkezleri Değişkenine Göre Varyans Analiz Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutları	Yerleşim Merkezi	N	X	Ss	F	p	Fark
Meydan Okuma	İlçe	23	23,3043	2,65321	4,196	,040	1<2
	Şehir	134	24,7761	2,79807			
	Büyük Şehir	267	24,9813	2,61208			
Kendini Adama	İlçe	23	21,7826	3,77740	1,184	,304	
	Şehir	134	22,6642	3,57086			
	Büyük Şehir	267	22,9326	3,61741			
Kontrol	İlçe	23	20,6957	4,21507	2,252	,106	
	Şehir	134	22,3358	3,85048			
	Büyük Şehir	267	22,0150	3,14675			
Psikolojik Dayanıklılık Toplam	İlçe	23	64,6957	10,83947	3,493	,023	1<3
	Şehir	134	69,1269	9,85109			
	Büyük Şehir	267	69,6479	7,73015			

Öğrencilerin yerleşim merkezleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları karşılaştırılması için yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonrasında $p < ,05$ düzeyinde, meydan okuma alt boyutunda ve psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Meydan okuma alt boyutunda yerleşim merkezi ilçe olan öğrencilerin puan ortalamalarının büyükşehir ve şehir olan öğrencilerden düşük olduğu, psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamalarında da yerleşim merkezi ilçe olan öğrencilerin puan ortalamalarının büyükşehir öğrencilerden düşük olduğu gözlenmektedir. Öğrencilerin yerleşim merkezleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği diğer alt boyutları arasında ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 7. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarının Covid-19 Hakkında Yeterli Bilgiye Sahip Olma Durumlarına Göre Varyans Analiz Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutları	Yeterli Bilgiye Sahip Olma Durumları	N	X	Ss	F	p	Fark
Meydan Okuma	Evet	282	25,1028	2,67453	5,189	,035	1>2
	Kısmen	121	24,3802	2,52077			
	Hayır	21	23,6667	3,35162			
Kendini Adama	Evet	282	22,7730	3,58301	,366	,694	
	Kısmen	121	22,9174	3,69591			
	Hayır	21	22,1905	3,64169			
Kontrol	Evet	282	22,4929	3,44684	7,697	,000	1>2
	Kısmen	121	21,0496	3,14338			
	Hayır	21	21,7619	4,17019			
Psikolojik Dayanıklılık Toplam	Evet	282	69,9362	8,65323	2,937	,054	
	Kısmen	121	67,8099	8,40963			
	Hayır	21	67,6190	9,85127			

Öğrencilerin Covid-19 hakkında yeterli bilgiye sahip olma durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları karşılaştırılması için yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonrasında $p < ,05$ düzeyinde, meydan okuma alt boyutunda toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Meydan okuma alt boyutunda Covid-19 hakkında yeterli bilgiye sahip olma durumlarına evet yanıtını veren öğrencilerin puan ortalamalarının kısmen ve hayır yanıtını veren öğrencilerden yüksek olduğu

gözlenmektedir. Öğrencilerin Covid-19 hakkında yeterli bilgiye sahip olma durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği diğer alt boyutları arasında ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 8. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarının Covid- 19 Hakkında Yetkililerin Kendilerinin Yeteri Kadar Bilgilendirdiğini Düşünme Durumlarına Göre Varyans Analiz Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutları	Bilgilendirdiğini Düşünme Durumları	N	X	Ss	F	p	Fark
Meydan Okuma	Evet	126	24,9524	2,71546	,458	,633	
	Kısmen	148	24,8851	2,59126			
	Hayır	150	24,6600	2,78498			
Kendini Adama	Evet	126	22,8810	3,87527	,089	,914	
	Kısmen	148	22,6959	3,73922			
	Hayır	150	22,7933	3,26317			
Kontrol	Evet	126	22,7302	3,94444	3,704	,025	1>3
	Kısmen	148	21,8581	3,14937			
	Hayır	150	21,6533	3,23568			
Psikolojik Dayanıklılık Toplam	Evet	126	70,1905	9,54041	1,148	,318	
	Kısmen	148	68,8919	9,00728			
	Hayır	150	68,7133	7,52208			

Öğrencilerin Covid-19 hakkında yetkililerin kendilerinin yeteri kadar bilgilendirdiğini düşünme durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları karşılaştırılması için yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonrasında $p<,05$ düzeyinde, Kontrol alt boyutunda toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Kontrol alt boyutunda Covid-19 hakkında yetkililerin kendilerinin yeteri kadar bilgilendirdiğini düşünme durumlarına evet yanıtı veren öğrencilerin puan ortalamalarının hayır yanıtı veren öğrencilerden yüksek olduğu gözlenmektedir. Öğrencilerin Covid-19 hakkında yetkililerin kendilerinin yeteri kadar bilgilendirdiğini düşünme durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği diğer alt boyutları arasında ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 9. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarının Devletin Covid-19 ile İlgili Önlemlerini Yeterli Bulma Durumlarına Göre Varyans Analiz Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutları	Yeterli Bulma Durumları	N	X	Ss	F	p
Meydan Okuma	Evet	66	24,2727	2,79860	1,667	,190
	Kısmen	132	24,9621	2,49092		
	Hayır	226	24,9071	2,76891		
Kendini Adama	Evet	66	22,6212	4,38096	1,875	,155
	Kısmen	132	23,2879	3,29360		
	Hayır	226	22,5398	3,53028		
Kontrol	Evet	66	22,6667	3,80418	1,302	,273
	Kısmen	132	21,9924	3,40295		
	Hayır	226	21,8938	3,37405		
Psikolojik Dayanıklılık Toplam	Evet	66	68,5909	10,87549	,782	,458
	Kısmen	132	69,9773	7,79358		
	Hayır	226	68,9513	8,47072		

Öğrencilerin Devletin Covid-19 ile ilgili önlemlerini yeterli bulma durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları karşılaştırılması için yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonrasında $p<,05$ düzeyinde, puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 10. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarının Covid-19'a Karşı Yeteri Kadar Önlem Alma Durumlarına Göre Varyans Analiz Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutları	Önlem Alma Durumları	N	X	Ss	F	p	Fark
Meydan Okuma	Evet	246	24,9593	2,68905	1,385	,251	
	Kısmen	127	24,7874	2,83019			
	Hayır	51	24,2745	2,32446			
Kendini Adama	Evet	246	23,0447	3,76911	4,180	,011	1>3
	Kısmen	127	22,8189	3,51283			
	Hayır	51	21,4510	2,75183			
Kontrol	Evet	246	22,3374	3,52426	3,216	,038	1>3
	Kısmen	127	21,8819	3,31809			

Psikolojik Dayanıklılık Toplam	Hayır	51	21,0392	3,29825	3,06	,047	1>3
	Evet	246	69,9268	8,58444			
	Kısmen	127	68,8189	9,43686			
	Hayır	51	66,7647	6,60481			

Öğrencilerin Covid-19'a karşı yeteri kadar önlem alma durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları karşılaştırılması için yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonrasında $p < ,05$ düzeyinde, kendini adama ve kontrol alt boyutunda ve psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Covid-19'a karşı yeteri kadar önlem alma durumlarına evet yanıtı veren öğrencilerin kendini adama ve kontrol alt boyutu ve psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamalarının hayır yanıtı veren öğrencilerden yüksek olduğu gözlenmektedir. Öğrencilerin Covid-19'a karşı yeteri kadar önlem alma durumları ile meydan okuma alt boyutunda ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 11. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarının Kısıtlamalara Rağmen Sportif Aktivite Yapma Durumlarına Göre Varyans Analiz Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutları	Sportif Aktivite Yapma	N	X	Ss	F	p	Fark
Meydan Okuma	Evet	107	25,6075	2,42533	8,233	,000	1>3
	Kısmen	146	24,8836	2,60903			
	Hayır	171	24,2865	2,81274			
Kendini Adama	Evet	107	23,9065	3,04536	7,128	,005 ,001	1>2 1>3
	Kısmen	146	22,4658	3,54511			
	Hayır	171	22,3567	3,86176			
Kontrol	Evet	107	22,7757	3,22522	3,259	,039	1>2
	Kısmen	146	21,7534	3,57879			
	Hayır	171	21,8363	3,44146			
Psikolojik Dayanıklılık Toplam	Evet	107	72,0561	6,55864	7,995	,003 ,001	1>2 1>3
	Kısmen	146	68,4658	9,68124			
	Hayır	171	68,0760	8,60575			

Öğrencilerin kısıtlamalara rağmen sportif aktivite yapma durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları karşılaştırılması için yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonrasında $p < ,05$ düzeyinde, tüm alt boyutlarda ve psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Meydan okuma alt boyutunda kısıtlamalara rağmen sportif aktivite yapma durumlarına evet yanıtı veren öğrencilerin puan ortalamalarının hayır yanıtı veren öğrencilerden yüksek olduğu gözlenmektedir. Kendini adama alt boyutunda kısıtlamalara rağmen sportif aktivite yapma durumlarına evet yanıtı veren öğrencilerin puan ortalamalarının kısmen ve hayır yanıtı veren öğrencilerden yüksek olduğu gözlenmektedir. Kontrol alt boyutunda kısıtlamalara rağmen sportif aktivite yapma durumlarına evet yanıtı veren öğrencilerin puan ortalamalarının kısmen yanıtı veren öğrencilerden yüksek olduğu gözlenmektedir.

Psikolojik dayanıklılık toplam puanlarında kısıtlamalara rağmen sportif aktivite yapma durumlarına evet yanıtı veren öğrencilerin puan ortalamalarının kısmen ve hayır yanıtı veren öğrencilerden yüksek olduğu gözlenmektedir.

Tablo 12. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Yaş ve Haftalık Toplam Spor Yapma Süreleri ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Korelasyon Analiz Sonuçları

	Yaş	Sportif Aktivite Yapma Süresi	Meydan Okuma	Kendini Adama	Kontrol	Psikolojik Dayanıklılık Toplam
Yaş	Correlation	1	-,057	-,072	-,014	,081
	P		,370	,138	,781	,096
	N	424	253	424	424	424
Sportif Aktivite Yapma Süresi	Correlation	-	1	,171**	,180**	,164**
	P	,057		,006	,004	,009
	N	,370	253	253	253	253

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ve haftalık toplam spor yapma süreleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan korelasyon analiz sonuçları incelendiğinde haftalık sportif aktivite yapma süreleri ile bütün alt boyutlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Üniversite de öğrenim gören öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin belirlenmesi ve sportif aktivite ile Covid-19 süreci hakkındaki düşünceleri açısından incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmaya, Türkiye’de farklı üniversitelerde halk oyunları bölümünde öğrenim gören $x=22,92\pm 3,81$ yaş ortalamasında olan 424 öğrenci katılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin cinsiyetleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutlarından almış oldukları puanlar arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle kadın ve erkek öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri benzerlik göstermektedir. Çetin ve Özlem’in (2020) COVID-19 pandemi sürecinde, kamu üniversitesi öğrencileri üzerinde yapmış oldukları çalışmada cinsiyet ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Seçer ve Yıldızhan’ın (2020) üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkisi üzerine yapmış oldukları çalışmada da katılımcıların psikolojik dayanıklılık düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Yapılan bu benzer çalışmaların sonuçları çalışmamız sonucuyla benzerlik göstermektedir.

Tönbül (2020) Koronavirüs salgını sonrası 20-60 yaş arası bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi çalışmasında ise cinsiyet ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı ilişki saptanmış ve kadınların psikolojik dayanıklılıklarının erkeklerden daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmada çıkan sonuç ile çalışmamızda çıkan sonuç arasında ise farklılık görülmektedir.

Öğrencilerin yerleşim merkezleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutlarından meydan okuma alt boyutunda ve psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Meydan okuma alt boyutunda yerleşim merkezi ilçe olan öğrencilerin meydan okuma düzeylerinin büyükşehir ve şehir olan öğrencilerden düşük olduğu, psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamalarında da yerleşim merkezi ilçe olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin büyükşehirde ki öğrencilerden düşük olduğu sonucu bulunmuştur. Kaya’nın (2020) Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerinde tapmış olduğu çalışmada, aileleri farklı büyüklüklerdeki yerleşim yerlerinde ikamet eden öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri kendilik algısı boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu çalışmadaki sonuç çalışmamız sonucuyla benzerlik göstermektedir.

Öğrencilerin Covid-19 hakkında yeterli bilgiye sahip olma durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasında meydan okuma alt boyutunda toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Meydan okuma alt boyutunda Covid-19 hakkında yeterli bilgiye sahip olan öğrencilerin puan ortalamalarının kısmen ve hayır sahip olmayan öğrencilerden yüksek olduğu sonucu bulunmuştur. Baykal (2020) Covid-19 gibi zorlu süreçlerde bireyler söz konusu hastalık ile ilgili farkındalık kazandıkça hastalıkla mücadele etme güçleri ve hastalığa karşı psikolojik dayanıklılıkları artmaktadır.

Öğrencilerin Covid-19 hakkında yetkililerin kendilerinin yeteri kadar bilgilendirdiğini düşünme durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasında kontrol alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Kontrol alt boyutunda Covid-19 hakkında yetkililerin kendilerinin yeteri kadar bilgilendirdiğini düşünen öğrencilerin kontrol düzeylerinin yeteri kadar bilgilendirdiğini düşünmeyen öğrencilerden yüksek olduğu sonucu bulunmuştur. Çıkan sonuç doğrultusunda kişilerin bilgilendirilmesi psikolojik dayanıklılığın artmasında etkili olduğunu ifade ettiği söylenebilir.

Öğrencilerin Devletin Covid-19 ile ilgili önlemlerini yeterli bulma durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Öğrencilerin Covid-19’a karşı yeteri kadar önlem alma durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasında, kendini adama ve kontrol alt boyutunda ve psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Covid-19’a karşı yeteri kadar önlem alan adama ve kontrol alt boyutu ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yeteri kadar önlem almayan öğrencilerden yüksek olduğu sonucu bulunmuştur. Bu sonuç kişilerin gerekli önlemleri aldıklarında psikolojik açıdan kişiyi olumlu yönde etkilediğini ifade etmektedir.

Öğrencilerin kısıtlamalara rağmen sportif aktivite yapma durumları ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasında, tüm alt boyutlarda ve psikolojik dayanıklılık toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Tüm alt boyutlarda ve psikolojik dayanıklılık düzeyinde sportif aktivite yapan öğrencilerin dayanıklılık düzeylerinin kısmen yapanlardan ve yapmayan öğrencilerden yüksek olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin yaş ve haftalık toplam spor yapma süreleri ile psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan korelasyon analiz sonuçlarında haftalık sportif aktivite yapma süreleri ile bütün alt boyutlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Demir ve

Çitçi'nin (2020) Covid-19 pandemi sürecinde egzersizin lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine etkisinin incelenmesi çalışmasında, düzenli olarak egzersiz yapan katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeylerinin spor yapmayanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Martinek ve Hellison (1997) genç bireylerin psikolojik sağlamlığını geliştirmede fiziksel aktivite ve sporun önemli bir araç olduğunu belirtmişlerdir. Bar (2016) ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor etkinliklerinin psikolojik dayanıklılık ve akademik ertelemeye etkisi isimli çalışmasında, lise öğrencilerinde spora katılımın hem psikolojik dayanıklılık hem de akademik erteleme davranışı üzerinde olumlu yönde anlamlı bir etkisinin bulunduğu belirlenmiştir. Tural ve Efe'nin (2020) bireylerin psikolojik sağlamlık ve covid-19 korkularının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi çalışmasında, bireylerin haftalık egzersiz yapma sıklığı arttıkça psikolojik sağlamlıklarının arttığı bulunmuştur. Boutelle ve ark. (2000) zaman aktivitelerinin genel sağlık durumunu olumlu etkilediğini ve Vuillemin ve ark. (2005) kısa süreli yapılan aktivitelerin kişilerin psikolojik durumları üzerinde çok etkili olmadığı da belirtilmektedirler.

Bu araştırma, pandemi süresince ve sonrasında literatüre katkı sağlamak amacıyla yapılmıştır. Çalışma sonucunda sportif bir aktiviteye katılma sıklığıyla doğru orantılı olarak bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öğrenciler edinecekleri düzenli ve sürekli egzersiz alışkanlığıyla, psikolojik ve fiziksel açıdan daha güçlü, sağlıklı ve zinde olmalarına olanak sağlanacağı düşünülmektedir.

Araştırmada pandemiye karşı alınan önlemlerin yeterli olduğunu düşünen öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun yanında okulun sağlamış olduğu sosyal ortamdan uzak kalan öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının artırılması için çeşitli uygulamalar ve stratejiler geliştirilebilir.

Pandeminin ve beraberinde uzaktan eğitim sürecinin devam etmesi ile birlikte öğrencilerin sosyo-psikolojik durumlarının etkileri ve devamlılığının getireceği sorunlar daha kapsamlı bir incelemeyi gerektirebilir. Ayrıca benzer çalışmaların farklı örneklem gruplarında yapıp sonuçların karşılaştırılması önerilebilir.

KAYNAKÇA

Aktaş Üstün, N. (2020). "Social physical anxiety and nutritional attitude in athlete and non-athlete university students", *Progress In Nutrition*, 22.

Aktaş Üstün, N., & Üstün, Ü. D. (2020). "Kadın voleybolcularda stres yönetiminin başa çıkma yaklaşımları açısından incelenmesi", *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 128-135.

Arı, Ç., Ulun, C., Yarayan, Y. E., Dursun, M., Mutlu, T., & Üstün, Ü. D. (2020). "Mindfulness, healthy life skills and life satisfaction in varsity athletes and university students", *Progress in Nutrition*, 22.

Bar, M. (2016). *Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Akademik Ertelemeye Etkisi*, Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.

Baykal, E. (2020). "Covid-19 Bağlamında Psikolojik Dayanıklılık, Kaygı ve Yaşam Doyum İlişkisi", *International Journal of Social and Economic Sciences*, 10(2), 68-80.

Bayköse, N., Arı, Ç., & Ceylan, G. (2021). "Mindfulness And Physical Activity: Psychometric Properties Of The State Mindfulness Scale For Physical Activity", *International Journal of Life science and Pharma Research, Health and Sport Special Issue (SP-14)*, ISSN 2250-0480.

Bayraktar, G., Tozoğlu, E., Dursun, M., Bayram, M., & Gülbahçe, Ö. (2018). "Üniversite Öğrencilerinde Spor ve Farklı Değişkenlerin Kararsızlık Düzeyine Etkisinin Araştırılması", *Social Sciences Studies Journal*, 14(4), 376-382.

Boutelle, K. N., Murray, D. M., Jeffery, R. W., Hennrikus, D. J., & Lando, H. A. (2000). "Associations Between Exercise and Health Behaviors in a Community Sample of Working Adults", *Preventive Medicine*, 30(3), 217-224

Bozkurt, T.M, Demir, G.T, Dursun, M. (2019). "Bedensel, İşitme ve Görme Engelli Sporcuların Spora Katılım Motivasyonlarının İncelenmesi", *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(67), 722-728.

Büyüköztürk, Ş. (2012). *Veri Analizi El Kitabı* (17. Basım), Pegem Akademi Yayınları, Ankara.

- Çelik, O. B., & Güngör, N. B. (2020). "The Effects of the Mental Training Skills on the Prediction of the Sports Sciences Faculty Students' Anxiety Levels", *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 9, 888-929.
- Çetin, C., & Özlem, A. N. U. K. (2020). "Covid-19 Pandemi Sürecinde Yalnızlık ve Psikolojik Dayanıklılık: Bir Kamu Üniversitesi Öğrencileri Örnekleme", *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 170-189.
- Demir, A., & Çifçi, F. (2020). "Covid-19 Pandemi Sürecinde Egzersiz Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi", *Sporometre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 169-179.
- Deng CX. (2020). The Global Battle Against SARS-CoV-2 and COVID-19. *Int J Biol Sci* ; 16 (10): 1676-1677.
- Doğan O. (2004). "Spor Psikolojisi" Ders Kitabı". Sivas. Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları, s. 1: 97. Doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8nSPE2.598>.
- Dursun, M., Güler, B., & Bozkurt, T. M. (2019). "Öğretmen Adaylarının Zihinsel Engelli Bireylerin Sportif Etkinliklere Katılımına İlişkin Tutumlarının İncelenmesi", *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(3), 202-209.
- Garmez, N. (1993). Children in Poverty: Resilience Despite Risk. *Psychiatry*, 56 (1), 127-136.
- Gemiksiz, M., Tozoğlu, E., & Dursun, M. (2019). "Öğretmen Adaylarının Çocuğa Yönelik Şiddet Duyarlık Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından Araştırılması", *Research On Teacher Candidates'level Of Violence Sensitivity Towards Children In Terms Of Different Variables. The Journal*, 12(66).
- George, D. & Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows Step By Step. a Simple Study Guide and Reference* (10. Edition).
- Gülbahçe, Ö., Tozoğlu, E., Bayraktar, G., Dursun, M., & Gülbahçe, A. (2018). "The Analysis Of Relation Between Different Variables And University Students' motives For Participation In Sports", *European Journal Of Physical Education And Sport Science*.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, 17. Baskı, Nobel Yayınları, Ankara.
- Kaya, F. Ş., & Şarlı, E. (2020). "Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Problem Çözme Becerilerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Benlik Saygısı ile İlişkisi", *Eurasian Research in Sport Science*, 5(1), 60-77.
- Kobasa, S. C. (1982). Commitment and Coping in Stress Resistance Among Lawyers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2(4), 707-717.
- Luthar, SS., Cicchetti, D. and Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines For Future Work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Martinek, T. J., Hellison, D. R. (1997). Fostering resiliency in underserved youth through physical activity. *Quest*, 49, 34-49. <https://doi.org/10.1080/00336297.1997.10484222>
- Morgan W. P. & Goldstone S E. (1987). "Exercise and Mental Health". New York. 155-187.
- Mutlu Bozkurt, T. & Tamer, K. (2020). "Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Düzeyi", *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 286-298.
- Seçer, E., ve Çakmak Yıldızhan, Y. (2020). The Relationship between Physical Activity Levels and Psychological Resilience of University Students. *Propósitos Representaciones*, 8 (SPE2), e598.
- Süleymanoğulları, M., Tozoğlu, E., & Dursun, M. (2019). "Çocukların sporda hayal etme düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi", *The Journal of International Social Research*, 12(68), 957-965.
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020). Yeni koronavirüs hastalığı Covid-19. Erişim adresi, <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66300/covid-19-nedir-.html>
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2015). *Çok Değişkenli İstatistiklerin Kullanımı* (Çev: Baloğlu, M.), Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

- Terzi, Ş. (2016). "Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", *The Journal of Happiness & Well-Being*, 4(2), 165-182.
- Tozoglu, E., Dursun, M., & Şebin, K. (2020). "Hemşirelerin Empati Düzeylerinin Sportif Aktivite Yapma Ve Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi", *Sport Sciences*, 15(3), 23-32.
- Tozoğlu, E. & Dursun, M. (2020). *Spor Bilimlerinde Bilimsel Araştırma Süreci*, Editör; Gökmen, Ö. Spor & Bilim, Efe Akademi Yayınevi. İstanbul. S.7-23.
- Tozoğlu, E. (2013). "The effect of Sport on Decision Making Strategies", *Educational Research and Reviews*, 8(10), 631-636.
- Tozoğlu, E., Bayraktar, G., Dursun, M., Gülbahçe, Ö., & Doğar, A. V. (2017). "Research for University Students' Levels of Dealing with Stress from Different Types of Variables", *Journal of Education and Practice*. ISSN 2222-1735, (Paper) ISSN 2222-288X (Online), Vol.8, No.25.
- Tozoğlu, E., Doğar, A. V., Dursun, M., Kan, D., & Bayraktar, G. (2018). "Analysis Of Short Track Speed Skaters Courage Levels From Different Variables", *European Journal Of Physical Education And Sport Science*.
- Tönbül, Ö. (2020). "Koronavirüs (Covid-19) Salgını Sonrası 20-60 Yaş Arası Bireylerin Psikolojik Dayanıklılıklarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi", *Humanistic Perspective*, 2(2), 159-174.
- Tutal, V., & Efe, M. (2020). "Bireylerin Psikolojik Sağlık ve Covid-19 Korkularının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi", *Journal of International Social Research*, 13(74).
- Vuillemin, A., Boini, S., Bertrais, S., Tessier, S., Oppert, J. M., Hercberg, S., & Briançon, S. (2005). *Leisure Time Physical Activity and Health-Related Quality of Life*. *Preventive medicine*, 41(2), 562-569.
- Yarayan, Y. E., & Ayan, S. (2018). "Farklı Takım Sporlarında Olan Sporcuların İmgeleme Biçimlerinin İncelenmesi", *Journal of International Social Research*, 11(60).
- Yarayan, Y. E., & İlhan, E. L. (2018). "Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri'nin (SZAE) Uyarlama Çalışması", *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 205-218.
- Yarayan, Y. E., Yıldız, A. B., & Gülşen, D. B. A. (2018). "Examination of Mental Toughness Levels of Individual and Team Sports Players at Elite Level According to Various Variables", *Journal of International Social Research*, 11(57), 992-999.
- Yarayan, Y. E., Yıldız, A. B., Gülşen, D. B. A., & İlhan, L. (2020). "Futbolculuk Seviyesi Prososyal ve Antisosyal Davranışların Bir Belirleyicisi Midir?", *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 125-133.
- Yıldız, A. B., Yarayan, Y. E., Yılmaz, B., & Kuan, G. (2020). "Atletik Zihinsel Enerji Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi", *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 108-119.